

Manutention des charges

Objectifs

- Améliorer le confort, l'efficacité et la sécurité des manutentions de charges
- Diminuer la fréquence et la gravité des lombalgies professionnelles et des accidents du travail.
- Améliorer les situations à risques

Public ciblé : salariés effectuant des manutentions de charges, volontaires.

Visite sur site :

Entretiens,
observations,
prises de vues.



Formation

- Description et fonctionnement de la colonne vertébrale.
- Réglementation et consignes de sécurité des manutentions de charges.
- Facteurs de risques des lombalgies.
- Vidéo test de port de charge
- Tests de capacité physique.
- Atelier « Education gestuelle »
- Atelier « gymnastique préventive ».
- Atelier « manutention des charges ».
- Application aux postes de travail.

Manutentions des personnes

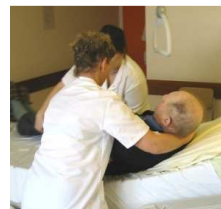
Objectifs

- Améliorer le confort des résidents et la sécurité des soignants.
- Diminuer la fréquence et la gravité des lombalgies professionnelles et des accidents de travail.
- Améliorer les situations à risques

Public ciblé : salariés effectuant des manutentions de charges, volontaires.

Visite sur site :

Entretiens,
observations,
prises de vues.



Formation

- Description et fonctionnement de la colonne vertébrale.
- Principes de confort et de sécurité des manutentions de personnes.
- Atelier « Education gestuelle »
- Atelier « gymnastique préventive ».
- Ateliers « manutention et transferts des personnes »
- Atelier « utilisation des appareils et accessoires de transfert ».
- Techniques d'activation

Prévention et santé au bureau

Objectifs

- Permettre aux participants d'agir sur leur poste de travail et leur environnement professionnel.
- Diminuer les plaintes et l'absentéisme liés aux contraintes du travail en milieu administratif.

Public ciblé : salariés travaillant sur écran, volontaires.

Visite sur site :

Entretiens,
observations,
prises de vues.



Formation

- Travail au bureau et hygiène de vie.
- Station assise et confort postural.
- Travail sur écran et confort visuel.
- Principes de réglage du poste
- Principes d'aménagement des locaux.
- Atelier « Education gestuelle »
- Atelier de réglage siège et poste.
- Atelier détente visuelle, étirements, respiration et relaxation.
- Etude d'un poste de travail et propositions d'amélioration.

Prévention des TMS

Objectifs : permettre aux participants d'agir sur les facteurs de risque personnels et environnementaux de TMS.

Public ciblé : salariés soumis à des facteurs de risque TMS, volontaires.

Visite sur postes :

Entretiens,
observations, prises
de vues.



Conférence :

Information, motivation, inscriptions

Bilan individuel : évaluation des antécédents et des dysfonctionnements corporels, des représentations, des attentes, des capacités physiques, des savoirs faire posturo gestuels,

Formation :

- Comprendre les facteurs de risques
- Comprendre le fonctionnement de l'appareil locomoteur
- Découvrir son mode d'emploi corporel
- Acquérir des outils de régulation
- Pratiquer des mouvements préventifs
- Améliorer les gestes de métiers
- Améliorer les situations à risques

Accidents de plain pied

Objectifs : dépister les facteurs de risques, apporter des outils de régulation.

Public ciblé : salariés soumis à des facteurs de risque APP, volontaires.

Visite sur site :

Entretiens,
observations, prises
de vues.



Bilan individuel : entretien et tests

Information : les accidents de plain pied, le fonctionnement de l'appareil locomoteur, les situations à risque

Séances pratiques : Renforcement de la force, de la flexibilité, de la coordination et de la proprioception

Séance de synthèse : remise des bilans et conseils individuels, amélioration des situations à risque

Formation participative basée sur la méthode **KAPAPP®** (Kiné Action Prévention des Accidents de Plain Pied), centrée sur l'individu, acteur de sa propre santé et nécessitant le soutien des différents acteurs de la prévention des APP.



Programme des formations

*Prévention
et Santé
au Travail*

Page 2 - **Manutention des charges**

Page 3 - **Manutention des personnes**

Page 4 - **Prévention et santé au bureau**

Page 5 - **Prévention des TMS**

Page 6 - **Prévention des Accidents de Plain pied**

Tel : 02 96 58 09 02

E-mail : Kine.ouest.prevention@wanadoo.fr

Site Internet: www.kineouestprevention.com